

گرمی سے حفاظت کے مَدَنی پھول

(روزوں میں آسانی کے نسخے)

- 03 ● ہیٹ اسٹروک کی 12 علامات
- 04 ● گرمی جن کیلئے زیادہ خطرناک ہے
- 04 ● گرمی کی دُعا کی فضیلت
- 06 ● پیاس کے تین رُوحانی علاج
- 10 ● گرمی سے بچنے کیلئے 25 مَدَنی پھول



شیخ طریقت، امیر اہلسنت، بانی دعوت اسلامی، حضرت علامہ مولانا ابوبلال
مُحَمَّد الیاس عَظَّامُ قَادِرِی رَضَوِی
کامٹ برکاتہم
الرحمۃ اللہ علیہ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِ الْمُرْسَلِينَ
 أَمَّا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

گرمی سے حفاظت کے مَدَنی پھول

(روزوں میں آسانی کے نسخہ)

شیطن لاکھ سستی دلائے یہ رسالہ (18 صفحہ) پورا
 پڑھ کر اپنی دنیا و آخرت کا بہلا کیجئے۔

دُرود شریف کی فضیلت

تابعی بزرگ حضرت سیدنا عبّ الاخبار رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں: اللہ عزوجل نے
 حضرت سیدنا موسیٰ کلیم اللہ علی نبینا وعلیہ الصلوٰۃ والسلام کی طرف وحی فرمائی: اے موسیٰ
 (علیہ السلام)! کیا تم چاہتے ہو کہ محشر کی پیاس سے محفوظ رہو؟ عرض کی: اے میرے رب!
 ہاں۔ فرمایا: فَكَثِّرِ الصَّلَاةَ عَلَى مُحَمَّدٍ یعنی حضرت محمد مصطفیٰ صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَسَلَّم پر کثرت
 سے دُرود پاک پڑھو۔ (ابن عساکر ج ۶۱ ص ۱۵۰ مُلَخَّصًا)

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلٰی مُحَمَّدٍ

گرمی کا موسمِ نعمت ہے

الْحَمْدُ لِلَّهِ عَزَّوَجَلَّ گرمی کا موسم بھی اللہ تعالیٰ کی نعمت ہے اور اس میں بے شمار
 حُکمتیں ہیں۔ گرمی کی شدت بڑھ جائے تو صُبر سے کام لینا چاہئے۔ سردی اور گرمی کو بُرا کہنا

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جس نے مجھ پر ایک بار رُو دِوِیا کُ پڑھا اللہ عَزَّوَجَلَّ اُس پر دس رحمتیں بھیجتا ہے۔ (مسلم)

بہت معیوب ہے گرمی کے موسم کا گلہ شکوہ کرنے والا ایک طرح سے گرمی کو پیدا کرنے والے کی شکایت کر رہا ہے گویا کہہ رہا ہے کہ دیکھو! اللہ تعالیٰ نے گرمی بڑھا دی ہے!
آگ دیکھ کر بے ہوش ہو گئے! (حکایت)

بندہ مومن کو چاہئے کہ گرمی کی شدت سے اپنے لئے عبرت کا سامان کرے، دُنیوی گرمی کے ذریعے محشر کی گرمی اور جہنم کی ہولناک آگ کو یاد کرنا چاہئے کہ آج جب دُنیا کی معمولی گرمی سہی نہیں جا رہی تو کل محشر میں وہ ہولناک گرمی اور آگ کیوں کر برداشت کی جاسکے گی! دعوتِ اسلامی کے اشاعتی ادارے مکتبۃ المدینہ کی مطبوعہ 625 صفحات پر مشتمل کتاب، اللہ والوں کی باتیں (جلد 2) صفحہ 177 تا 178 پر ہے: حضرت سیدنا بکر بن ماعز رَحْمَةُ اللہِ تَعَالٰی عَلَیْہِ بیان کرتے ہیں کہ ایک مرتبہ (تابعی بزرگ) حضرت سیدنا ربیع بن خثیم رَحْمَةُ اللہِ تَعَالٰی عَلَیْہِ اور (صحابی رسول) حضرت سیدنا عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ دریائے فُرات کے کنارے چلتے ہوئے لوہاروں کے پاس سے گزرے۔ حضرت سیدنا ربیع بن خثیم رَحْمَةُ اللہِ تَعَالٰی عَلَیْہِ نے جب بھٹی کی آگ دیکھی تو (انہیں جہنم کی خوفناک آگ یاد آگئی اور) بے ہوش ہو کر زمین پر تشریف لے آئے۔ (ہم انہیں اٹھا کر ان کے گھر لے آئے) حضرت سیدنا عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ ان کی طرف پلٹے اور انہیں آواز دی لیکن انہوں نے کوئی جواب نہ دیا۔ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ تشریف لے گئے اور لوگوں کو عصر کی نماز پڑھا کر واپس تشریف لائے پھر آواز دی لیکن جواب نہ ملا۔ پھر تشریف لے گئے، مغرب کی نماز پڑھا کر لوٹے اور آواز دی

فَرَمَانِ فَصِيحِ صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: اُس شخص کی ناک خاک آلود ہو جس کے پاس میرا ذکر ہو اور وہ مجھ پر دُرُودِ پاک نہ پڑھے۔ (ترمذی)

لیکن ربیع بن خثیم رَحْمَةُ اللہِ تَعَالٰی عَلَیْہِ کی طرف سے پھر بھی کوئی جواب نہ ملا (پھر تشریف لے گئے، عشا کی نماز پڑھا کر لوٹے اور آواز دی لیکن ان کی طرف سے پھر بھی کوئی جواب نہ ملا) حتیٰ کہ سحری کے وقت سردی کے باعث ہوش میں آئے۔ (الزہد للامام احمد بن حنبل ص ۳۳۲ حدیث ۱۹۳۰،

حِلَّةُ الاولیاء ج ۲ ص ۱۲۹) اللہُ رَبُّ الْعِزَّتِ عَزَّوَجَلَّ کی ان سب پر رَحمت ہو اور اُن کے صدقے

ہماری بے حساب مغفرت ہو۔ اَمِین بِجَاہِ النَّبِیِّ الْاَمِینِ صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم

صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْب! صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلٰی مُحَمَّد

4800 اموات

ہم دنیا و آخرت کی گرمی کی ہولناکیوں سے اللہ تعالیٰ کی پناہ چاہتے ہیں، بس عافیت، عافیت اور عافیت کے طلب گار ہیں۔ ۳۶-۴۱ھ (2015ء) میں پاکستان سخت گرمیوں کی لپیٹ میں آگیا اور اسی دورانِ رَمَضانُ الْمُبَارَک بھی جلوہ گر ہوا تھا، ایک اطلاع کے مطابق ان دنوں صُرف بابُ المَدینہ (کراچی) کے اندر ”ہیٹ اسٹروک“، یعنی گرمی لگنے کے سبب چار ہزار آٹھ سو (4800) اموات ہوئی تھیں! ان میں جتنے مسلمان تھے اللہُ رَبُّ الْعِزَّتِ اُن سب کی بے حساب مغفرت فرمائے۔ اَمِین بِجَاہِ النَّبِیِّ الْاَمِینِ صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم

ہیٹ اسٹروک یا ٹو لگنے کی 12 علامات

❖ سر دُڑد، چکر آنا یا سر گھومنا ❖ سخت پیاس لگنا ❖ کمزوری اور پٹھوں (Muscles) میں کھنچاؤ ❖ جلد (Skin) پر سُرخی اور خُشکی آنا ❖ اچانک تیز بخار چڑھنا ❖ اُلٹی اور متلی

﴿مَرَّانٌ مِّنْ صَافِيَةٍ صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ﴾ جو مجھ پر دس مرتبہ دُرُودِ پاک پڑھے اللہ عزوجل اُس پر سو رحمتیں نازل فرماتا ہے۔ (طبرانی)

آنا ❀ بے ہوشی یا جھٹکے آنا ❀ نکسیر پھوٹنا (یعنی ناک سے خون بہنا) ❀ لمبی اور بڑی بڑی سانسیں شروع ہو جانا ❀ B.P. ایک دم Low ہونا ❀ غٹو دگی (یعنی اگٹھ۔ نیند) طاری ہونا۔

ابتدائی طبی امداد کے سات مَدَنی پھول

❀ جسے گرمی یا لو لگ گئی ہو اُس کو پانی اور نمکول پلائیے ❀ فوراً ٹھنڈی جگہ منتقل کر دیجئے ❀ غیر ضروری کپڑے اتار دیجئے ❀ بغیر تکیے کے لٹا کر ٹانگوں کو کسی چیز کے سہارے قدرے بلند کر دیجئے ❀ برف یا ٹھنڈے پانی کی پٹیاں خصوصاً پیٹھ، بغل، گردن اور رانوں پر رکھئے ❀ ٹھنڈے پانی سے بھیکا ہوا تولیا (Towel) بدن پر نرمی کے ساتھ رگڑیے ❀ جلدی اسپتال لے جائیے۔

شدت کی گرمی جن کیلئے زیادہ خطرناک ہے

❀ بچے ❀ بوڑھے ❀ بے گھر افراد ❀ سورج کی تپش میں مزدوری کرنے والے ❀ نشے کے عادی ❀ جو طویل عرصے سے کسی بیماری میں مبتلا ہوں یا جو لمبے عرصے تک دل یا سانس کے مریض رہے ہوں ❀ پرندے اور جانور۔

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَى مُحَمَّدٍ

گرمی کی دعا کی فضیلت

دُنیا کی گرمی کی شدت کے وقت آخرت کی کڑی دھوپ اور تڑپا دینے والی پیاس نیز جہنم کی خوفناک آگ کو یاد کر کے ان سے پناہ مانگئے۔ فرمانِ مصطفیٰ صَلَّی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم: جب سخت گرمی ہوتی ہے تو بندہ کہتا ہے: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ آج بڑی گرمی

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جس کے پاس میرا ذکر ہوا اور اُس نے مجھ پر رُزُو پاک نہ پڑھا تحقیق وہ بد بخت ہو گیا۔ (ابن سنی)

ہے! ”اللَّهُمَّ اجِرْنِي مِنْ حَرِّ جَهَنَّمَ“، یعنی اے اللہ (عَزَّوَجَلَّ)! مجھے جہنم کی گرمی سے پناہ دے۔ اللہ عَزَّوَجَلَّ دوزخ سے فرماتا ہے: ”میرا بندہ مجھ سے تیری گرمی سے پناہ مانگ رہا ہے اور میں تجھے گواہ بناتا ہوں کہ میں نے اسے تیری گرمی سے پناہ دی۔“ اور جب سخت سردی ہوتی ہے تو بندہ کہتا ہے: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ آج کتنی سخت سردی ہے! ”اللَّهُمَّ اجِرْنِي مِنْ زَمْهِرٍ جَهَنَّمَ“، یعنی اے اللہ (عَزَّوَجَلَّ)! مجھے جہنم کی

زَمْهِر سے بچا۔ اللہ تَعَالٰی جہنم سے کہتا ہے: ”میرا بندہ مجھ سے تیری زَمْهِر سے پناہ مانگ رہا ہے اور میں نے تیری زَمْهِر سے اسے پناہ دی۔“ صحابہ کرام عَلَیْہِمُ الرِّضْوَانُ نے عرض کی: جہنم کی زَمْهِر کیا ہے؟ فرمایا: ”وہ ایک گڑھا ہے جس میں کافر کو پھینکا جائے گا تو سخت سردی سے اس کا جسم ٹکڑے ٹکڑے ہو جائے گا۔“ (البدور السافرة ص ۴۱۸ حدیث ۱۳۹۵)

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيب! صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلٰی مُحَمَّدٍ
بِغیرِ عذرِ شرعی ایک روزہ چھوڑنے والا بھی جہنمی ہے

جب تک شریعت اجازت نہ دے اُس وقت تک گرمی کی وجہ سے روزہ چھوڑنا جائز نہیں۔ یاد رکھئے! جان بوجھ کر رمضان کا ایک روزہ بھی جس نے ترک کیا وہ سخت عذابِ نار کا حقدار ہے۔ فتاویٰ رضویہ جلد 20 صفحہ 228 پر ہے: ”اگر دھوپ میں کام کرنے کے ساتھ روزہ ہو سکے اور آدمی مُقیم ہو مُسافر نہ ہو تو روزہ فرض ہے۔ اور اگر (دھوپ میں کام کرنے کے ساتھ روزہ) نہ ہو سکے، روزہ رکھنے سے بیمار پڑ جائے، ضررِ قوی (یعنی سخت تکلیف) پہنچے تو مُقیم غیر مُسافر کو ایسا (دھوپ

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جس نے مجھ پر سچ و شام دس بار رُز دِو پاک پڑھا اُسے قیامت کے دن میری شفاعت ملے گی۔ (مجمع الزوائد)

(میں) کام کرنا حرام ہے۔“ (تفصیلی معلومات کیلئے فیضانِ سنت جلد اول کا باب ”فیضانِ رمضان“ پڑھئے)

سخت گرمی میں روزے رکھتیں (حکایت)

میرے آقا اعلیٰ حضرت امام احمد رضا خان عَلَیْہِ رَحْمَۃُ اللہِ عَلَیْہِ ”فتاویٰ رضویہ“ جلد 30

صَفَحہ 296 پر ایک حکایت بیان کرتے ہیں: راہِ ہجرت میں انہیں (یعنی صحابیہ رسول حضرت

سیدتنا اُمّ اَیْمَن رضی اللہ تعالیٰ عنہا) کو پیاس لگی، آسمان سے نورانی رسی میں ایک ڈول اُترا، پی کر

سیراب ہوئیں، پھر کبھی پیاس نہ معلوم ہوئی، سخت گرمی میں روزے رکھتیں اور پیاس نہ ہوتی۔

(طبقات ابنِ سعد ج 8 ص 179 مِلَّخَصاً) اب تین روحانی علاج بیان کئے جاتے ہیں جن کے کرنے

سے اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ گرمی میں روزہ رکھنا قدرے آسان ہو جائے گا۔

شدتِ پیاس کے تین روحانی علاج

﴿۱﴾ بعد نمازِ فجر اَعُوْذُ اور بِسْمِ اللہ کے ساتھ صرف ایک بار سُورَةُ الْکَوْثَرِ

پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے چہرے پر پھیر لیجئے، روزے کی حالت میں اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ

پیاس کی شدت سے حفاظت ہوگی ﴿۲﴾ يَا حَبِيْبُ گرمیوں میں وقتاً فوقتاً پڑھتے رہئے

اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ پیاس سے اُٹن ملے گا ﴿۳﴾ يَا مَاجِدُ 10 بار پڑھ کر ”لیمو پانی“

وغیرہ پر دم کر کے گرمی کے موسم میں پیئیں، اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ بیماری سے حفاظت ہوگی۔

روزے میں پیاس کی شدت سے حفاظت کیلئے

سُحْرٰی کھا کر ایک کھجور چبائیے اور ساتھ ہی پانی کا ایک گھونٹ منہ میں بھر لیجئے، دونوں کو

اچھی طرح ہلا جلا کر (Mix کر کے) نگل لیجئے۔ اسی طریقے پر ایک ایک کر کے تین کھجوریں

﴿رَمَازَانُ﴾ ﷺ صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جس کے پاس میرا ذکر ہوا اور اُس نے مجھ پر دُرود شریف نہ پڑھا اُس نے بھائی۔ (عبدالرزاق)

کھائیے، اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ روزے میں سارا دن پیاس کی شدت سے حفاظت ہوگی۔

لُؤ سے حفاظت کے 6 گھریلو علاج

❁ دھوپ میں نکلنے سے قبل کچھی پیاز گھس کر ناخنوں پر لگا لیجئے۔ (یاد رہے! کچھی پیاز کی یا کسی بھی طرح کی بدبو کی حالت میں مسجد کا داخلہ حرام ہے) ❁ کچھے آم (یعنی کیری) کا لیپ بنا کر پاؤں کے تلووں پر مالش کیجئے ❁ تقریباً 250 گرام میسن (یعنی چنے کی وال کے آٹے) میں 10 گرام کا فُور شامل کر کے پانی میں گھول کر بدن پر لگانے سے ٹھنڈک ملتی ہے اور گرمی دانے بھی نہیں ہوتے (اگر کا فُور شامل نہ کریں تب بھی فائدہ ہو سکتا ہے مگر کم) ❁ ٹماٹر کی چٹنی یا ناریل کھائیے ❁ گرمیوں میں کھانا کھانے کے بعد گڑ کھانے سے لُؤ نہیں لگتی ❁ دھوپ سے آنے کے بعد پیاز کا تھوڑا سا رس شہد میں ملا کر چاٹنے سے لُؤ لگنے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔

کھانے میں ٹھنڈے مسالے استعمال کیجئے

❁ ۱ ❁ گرمیوں میں گرم (تاثیر والے) مسالے کے بجائے ٹھنڈے (یعنی ٹھنڈی تاثیر والے) مسالے مثلاً ہلدی، خشک دھنیا، سفید زیرہ، الائچی، دارچینی، ٹماٹر، لیموں، دہی، آلو، بھجرا، املی، ہرادھنیا، پودینہ وغیرہ کھانے میں ڈالنے مناسب ہوتے ہیں، گرم مسالے ڈالنے ہوں تو کالی مرچ، ہری مرچ یا پسلی ہوئی لال مرچ وغیرہ کم مقدار میں ڈالئے۔

ٹھنڈی تاثیر والے عطریات استعمال کیجئے

❁ ۲ ❁ گرمیوں میں اچھی اچھی نیتوں کے ساتھ ٹھنڈی تاثیر والے عطریات مثلاً شَمَامَةُ الْعَنْبَر، حنا، گلاب، صندل۔ موتیا، خُس، کیوڑا، چمپا وغیرہ کپڑوں پر لگانا مفید

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جو مجھ پر رُزِ جَدُّ رُودِ شَرِیف پڑھے گا میں قیامت کے دن اُس کی شفاعت کروں گا۔ (صحیح ابواب)

ہے۔ مُشک، کستوری، عود، عنبر، زعفران وغیرہ عطریات گرم تاثیر والے ہیں، یہ سردیوں میں لگانے چاہئیں۔ یاد رکھئے! یہ تاثیرات اصلی عطریات کی ہیں، کیمیکل کی ملاوٹ سے تاثیر میں بُہت کمی آ جاتی ہے۔ (اسلامی بہنیں ایسا عطر نہ لگائیں جس کی خوشبو پھیلتی ہو)

رَمَضانُ الْمَبَارَکِ صَحّت کے ساتھ گزارنے کا نسخہ

سُحْرٰی میں درمیانی سائز کی تندوری روٹی آدھی (اگر گھریلو چھوٹی چپاتی ہو تو حسبِ ضرورت ایک یا دو عدد) اور دہی کے اندر کم مقدار میں چینی اور بہتر ہے کہ براؤن شوگر شامل کر کے استعمال کر لیجئے، اگر مُوافق ہو تو بے شک آدھ کلو دہی کھا لیجئے۔ اِطّار میں کم از کم تین کھجوریں اور کچھ پھل، مغرب و عشا کے درمیان سادہ سالن کے ساتھ روٹی (سُحْرٰی والی مقدار میں) کھائیے۔ اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ سارا ماہِ رَمَضانُ الْمَبَارَکِ صَحّت مند رہیں گے اور نمازِ تراویح، تلاوت و عبادت میں دل لگے گا۔

گرمیوں میں چاول کھانا مُفید ہے

چاول کا (طِب کے حساب سے) مزاج سرد ہے، گرمی میں روزانہ چاول کھانے سے بدن کو ٹھنڈک ملتی ہے، گرمیوں میں چاول کے ساتھ سبزیاں کھانا زیادہ مُفید ہے۔ دہی کھجوری گرمیوں کی بہترین غذا ہے۔ یاد رہے! دیگ کی مسالے دار لذیذ بریانی صَحّت کی دشمن ہے، پانی میں اُبے ہوئے چاول کھانا مناسب ہے۔

گرمی اور ٹُو سے حفاظت کا لذیذ شربت

حسبِ ضرورت کچے آم (یعنی کیریاں) لے کر، چھلکے اُتار کر پانی ڈال کر چُوبے لھے پر چڑھا دیجئے، دو چار اُبال آنے پر کیریاں گل جائیں گی، ہل مَسَل کر گٹھلیاں نکال دیجئے اور سارا

فَرَمَانِ مَصْطَفٰی صَلَّی اللہ تعالیٰ علیہ والہ وسلم: جس کے پاس میرا ذکر ہوا اور اُس نے مجھ پر دُور دُپاک نہ پڑھا اس نے جَنّت کا راستہ چھوڑ دیا۔ (طبرانی)

گودا گرینڈر میں پیس لیجئے، گاڑھا شربت بن جائے گا، دُگنی مقدار میں چینی (بہتر ہے کہ براؤن شوگر) ملا کر پھر چُو لھے پر چڑھا کر جوش دیتے تے تاکہ چینی حل ہو جائے۔ ٹھنڈا کرنے کے بعد بوتلوں میں بھر کر رکھ لیجئے۔ رَمَضَانُ الْمُبَارَك میں سَحَری و افطار میں حسبِ ضرورت پانی ملا کر یہ لذیذ شربت پی لیجئے۔ اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ گرمی اور لُو سے حفاظت رہے گی۔

کمزوری دُور کرنے کا نسخہ

دو چمچ چینی (بہتر ہے کہ براؤن شوگر) اور ایک چمچ سفید نمک، آدھے کلو پانی میں ڈال کر اُبال لیجئے، ٹھنڈا ہو جانے کے بعد افطار میں ایک گلاس پی لیجئے۔ جسم میں ہونے والی پانی کی کمی اور کمزوری اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ دُور ہو جائے گی۔ مریضوں کی کمزوری دُور کرنے کیلئے بھی یہ پانی مُفید ہے (شوگر اور ہائی بلڈ پریشر کے مریض ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق عمل کریں)

گرمی دانوں کا علاج

گرمی دانے ستاتے ہوں تو نیم کی 11 کوئلیس (نئی نکلی ہوئی چھوٹی چھوٹی پٹیاں) سات دن اور تکلیف زیادہ ہو تو 40 دن تک نہار منہ (یعنی ناشتے سے قبل خالی پیٹ) پانی کے ساتھ کھا لیجئے اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ گرمی دانے اور پھوڑے پُھنسیاں ختم۔ اگر گرمیاں شروع ہونے سے قبل ہی 30 دن تک یہ کورس کر لیں تو اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ گرمی دانے وغیرہ نکلیں گے ہی نہیں۔ (گھریلو علاج ص ۴۴)

حیض بند ہونے کا علاج

اگر گرمی یا خشکی کے باعث (عورت کا) حیض بند ہو جائے تو ایک کپ سولف کے

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: مجھ پر دُرُودِ پاک کی کثرت کروے شک تہا راجھ پر دُرُودِ پاک بڑھاتا تہا رے لئے پابندی کا باعث ہے۔ (ابو یسٰ)

عَرَق میں ایک چھوٹا چچّ تر بوز کے بیج کا مَغْز اور ایک چچّ شہد ملا کر صُبّ و شام پیئیں
 اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ فائدہ ہو جائے گا۔ پانی خوب کثرت سے پیئیں، ہو سکے تو روزانہ 12
 گلاس پی لیں۔
 (گھر یلو علاج ص ۱۰۲)

گرمی سے بچنے کیلئے رنگ برنگے 25 مَدَنی پھول

﴿۱﴾ جتنا ہو سکے اپنی بھنویں (یعنی اُبرو۔ Eyebrow) پانی سے تر رکھئے۔ (اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ اس سے لُو، گرمی، پیاس کی شدّت بُئیش، ڈپریشن اور سر دُرُود سے حفاظت ہوگی) ﴿۲﴾ چُو لھے
 وغیرہ کا استعمال کم کر دیجئے ﴿۳﴾ سفید یا ہلکے رنگ کا سُوتی (Cotton) کا ڈھیلا لباس
 پہنئے۔ (زبے نصیب! اسلامی بھائی ستّوں بھرا سفید لباس زیب تن فرمائیں) ﴿۴﴾ ہر وقت چھوٹا
 سا تولیا (Towel) ساتھ رکھئے تاکہ گرمی محسوس ہونے پر ٹھنڈے پانی میں گیلا کر کے سر پر
 رکھا جاسکے ﴿۵﴾ مَشَقّت والے کام سے بچنا بہتر ہے، مجبوری کا لحاظ بیماری نہیں کیا کرتی۔
 ﴿۶﴾ دن میں دو مرتبہ نہانا مُفید تر ہے ﴿۷﴾ دھوپ میں نکلتے وقت سن گلاسز کا استعمال
 آنکھوں کو گرمی سے مُتاثّر ہونے سے بچاتا ہے ﴿۸﴾ گھر سے باہر نکلنے کی صورت میں بیاز کا
 ٹکڑا ہاتھ یا جیب میں رکھئے، بچّوں کے گلے میں ڈال دیجئے، اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ لُو سے
 حفاظت ہوگی ﴿۹﴾ خود پر براہِ راست دھوپ نہ پڑے اس کا خیال رکھئے اور ٹھو صَادَن کے
 گرم ترین اوقات 11 تا 3 بجے کے دوران سائے میں وقت گزارئیے، غمازِ ظہر کیلئے دھوپ
 میں نکلنے والے اسلامی بھائی سر اور گردن ڈھانک کر اور ہو سکے تو چھتری کے ساتھ نکلیں۔

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جس کے پاس میرا ذکر ہو اور وہ مجھ پر دُور شریف نہ پڑھے تو وہ لوگوں میں سے نبوّس ترین شخص ہے۔ (مسند احمد)

(اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ عَمَامہ شریف کی سنت ادا کرنے والوں کا سر ڈھک جاتا ہے اور گردن بھی جُھپ سکتی ہے، سر پر سفید چادر ہو تو فوائد مزید بڑھ سکتے ہیں) ﴿۱۰﴾ لوڈ شیڈنگ کے دوران سر پر گیلا تولیہ رکھئے، ہاتھ کا پنکھا استعمال کیجئے اور بدن پر پانی ڈالتے رہئے ﴿۱۱﴾ پیاس لگے یا نہ لگے روزانہ کم از کم 12 بلکہ ہو سکے تو 14 گلاس پانی پیئیں۔ (اس مقدار میں غذاؤں کے اندر موجود پانی بھی شامل ہے مثلاً 10 گلاس پانی پینے کے علاوہ پھلوں اور دیگر غذاؤں کے ذریعے دو گلاس جتنا پانی پیٹ میں گیا تو 12 گلاس ہو گئے) ﴿۱۲﴾ بدن کے پانی اور نمکیات کا توازن برقرار رکھئے کیلئے O.R.S. کا استعمال کیجئے۔ (ہائی بلڈ پریشر کے مریض ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق عمل کریں) ﴿۱۳﴾ ستّو کا شربت، کھیرے کا جوس، ناریل کا پانی، گنے کا خالص رس، شہد ملا پانی، لیمو پانی اور نمکین چھاچھا استعمال کیجئے ﴿۱۴﴾ چھاچھ میں کالانمک اور پسی ہوئی اجوائن ملا کر پینے سے گرمی کم لگتی اور وزن بھی کم ہوتا ہے ﴿۱۵﴾ چائے، کافی، ابلے ہوئے انڈے، زیادہ میٹھے شربت، خوب میٹھی ڈشوں، کولڈ ڈرنکس، زیادہ گھی تیل والے کھانوں اور دیر میں ہضم ہونے والی غذاؤں نیز کیفین (Caffeine) والی اشیاء مثلاً چاکلیٹ وغیرہ کا استعمال کم سے کم کیجئے ﴿۱۶﴾ بازاری شربتوں اور گولے گنڈوں کا استعمال پیسے دے کر بیماریاں خریدنے کے مترادف ہے ﴿۱۷﴾ تیز دھوپ سے آتے ہی پسینے سے شرابور ٹھنڈا پانی پینا نقصان دہ ہے ﴿۱۸﴾ کدو شریف، بیکنگ، چھندر، مولی وغیرہ سبزیوں کا استعمال خوب بڑھادیتے ہے ﴿۱۹﴾ سُخری و افطاری میں پانی اور دہی کا استعمال زیادہ کیجئے ﴿۲۰﴾ گرمیوں میں

(طبرانی)

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: تم جہاں بھی ہو مجھ پر دُور و پُر ہو کہ تمہارا درود مجھ تک پہنچتا ہے۔

آم، آڑو، خوبانی، امرود، خر بوزہ، تر بوز، جسم کو توانائی بخشنے کے ساتھ ساتھ جگر (Liver) اور معدے کی گرمی بھی دُور کرتے ہیں نیز موسم کے دیگر پھلوں کا بھی خوب استعمال کیجئے ﴿۲۱﴾ سادہ اور بلکی غذا استعمال فرمائیے، کھجلا پھینی، (پچھ۔ نی) کباب، سموسوں، پکوڑوں وغیرہ تلی ہوئی چیزوں کا استعمال بہت کم کیجئے، بلکہ ان سے دُور ہی رہئے اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ خود ہی فائدہ دیکھ لیں گے اور رَمَضَانَ المبارک کے روزوں اور دیگر عبادتوں میں آسانی حاصل ہوگی ﴿۲۲﴾ سَحْرٰی و افطار میں کھانا کم کھائیے ﴿۲۳﴾ فوم کے گدیے پر سونے سے بچئے ﴿۲۴﴾ چھوٹے بچوں اور بزرگوں کو گرمی سے بچانے کی زیادہ ضرورت ہے ﴿۲۵﴾ رَحْم کھاتے ہوئے اپنے مویشیوں اور مرغیوں وغیرہ کو بھی گرمی سے بچانے کی تدبیر کیجئے۔

پھلوں کا بادشاہ (آم)

”آم بھی ربِّ کریم کی کیا خوب نعمت ہے“ کے پچیس

حُرُوف کی نسبت سے آم کے 25 مَدَنی پھول

گرمی کے موسم میں آنے والا آم اللہ تعالیٰ کی بہت ہی پیاری نعمت ہے، اس کے بے شمار فوائد ہیں: آم نیا خون بناتا ہے، آم آنتوں کو قُوَّت دیتا، معدے، گردے، مثانے اور اعصاب کو طاقت بخشتا ہے آم کھانے سے تیزابیت (Acidity) کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے البتہ کاربائیڈ (Carbide) نامی کیمیکل کے ذریعے پکایا ہوا آم کھانے سے تیزابیت کم ہونے کے بجائے بڑھ سکتی ہے جس کو نیند نہ آتی ہو وہ ایک آم کھا کر ٹھنڈا

فَرَمَانِ مُحَمَّدٍ صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جو لوگ اپنی مجلس سے اللہ کے ذکر اور نبی پروردگار شریف پر بے بغیر اُٹھ گئے تو دودھ پودا اور دار سے اُٹھے۔ (غیب الایمان)

دودھ پی لے اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ نیندا جائے گی ❀ آم کا استعمال کینسر والوں اور دل کے مریضوں کیلئے فائدہ مند ہے ❀ آم کھانے سے موٹاپا آتا ہے ❀ آم قبض دُور کرتا ہے ❀ آم کھانے کے بعد دودھ یا دودھ کی لسی (یعنی دودھ ملا پانی) یا تھوڑے سے جامن کھا لینے سے اس کی گرمی دُور ہو جاتی ہے۔ اگر دودھ سے گیس ہوتا ہو تو تھوڑی سی ادراک ملا لینی چاہئے ❀ میٹھے اور تازہ آم کا تھوڑا سا گودا حایلہ کو روزانہ کھلایا جائے تو اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ بچہ تندرست پیدا ہوگا ❀ دودھ پلانے والی عورت آم کھائے کہ اس سے دودھ بڑھتا ہے ❀ آم پیاس بجھاتا ہے ❀ کاٹ کر کھانے کے بجائے آم چوس کر کھانا بہتر ہے ❀ آم کھا کر کچی لسی (یعنی دودھ ملا پانی) پینا آنکھوں کی روشنی اور بدن کی کمزوری دور کرنے کیلئے مفید ہے ❀ آم ہمیشہ ٹھنڈا کر کے استعمال کرنا چاہئے ❀ بغیر ٹھنڈا کئے آم کھانا بدن پر پھوڑے پھنسیاں اور آنکھوں کی بیماریاں پیدا کر سکتا ہے ❀ آم کم مقدار میں کھائیے ❀ آم زیادہ کھانے سے جگر (Liver) کی کمزوری اور مَرَضِ اسْتِثْقَا (اس۔ تس۔ قا) کا اندیشہ ہے جس میں پیٹ بڑھ جاتا ہے اور پیاس بہت لگتی ہے ❀ آم کی سوکھی گٹھلی کے باریک پسے ہوئے 3 گرام مغز کو پانی کے ساتھ کھانے سے دُستوں (موشن۔ Motions) کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے ❀ عورتوں کو مخصوص ایام میں خون زیادہ آتا ہو، تو آم کی سوکھی گٹھلی کے مغز کا پاؤڈر صُح و شام ایک ایک چُچّ کھانے سے اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ فائدہ ہو جائے گا۔ خونی بوا سیر کے لئے بھی یہ علاج مُفید ہے ❀ قلمی آم ثَقِیل (یعنی معدے کیلئے بھاری) اور دیر سے ہضم ہوتا ہے۔ (قلمی آم کی کافی قسمیں ہیں: سُرولی، لنگڑا، چونسا اور سندھڑی وغیرہ بھی ان میں شامل ہیں) ❀ بلغھی یا

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جس نے مجھ پر روزِ جمعہ دو سو بار دُرُودِ پاک پڑھا اُس کے دو سو سال کے گناہ مُعَاف ہوں گے۔ (شیخ ابوجہ)

صُفراوی مزاج والوں کو نِہارِ مُنہ (یعنی خالی پیٹ) آم نہیں کھانا چاہئے کہ اس سے معدے کو نقصان پہنچتا اور اس میں گرمی پیدا ہوتی ہے ﴿کھٹا آم کھانے سے گلے اور دانتوں کو نقصان ہوتا ہے، اس سے زُکام اور خون میں خرابی بھی پیدا ہو سکتی ہے﴾ آم پیشاب لاتا ہے ﴿آم اور دیگر پھلوں کو پکانے کیلئے کاربائیڈ (Carbide) نامی کیمیکل استعمال کیا جاتا ہے، لہذا کچھ دیر پانی میں بھگونے کے بعد اچھی طرح دھو کر استعمال کیجئے۔ ”کاربائیڈ“ کی معمولی سی مقدار بھی پیٹ میں جانے سے معدے اور آنتوں کی بیماریوں کے علاوہ کینسر کا بھی خطرہ پیدا ہوتا ہے﴾ آم اچھی طرح دھو لیجئے تاکہ اس کی گوند صاف ہو جائے ورنہ وہ گلے میں خراش کا سبب بن سکتی ہے۔ ﴿ہائی شوگر کے مریض ڈاکٹر کے مشورے کے بغیر آم نہ کھائیں۔

صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْب! صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلٰی مُحَمَّد
 ”یارِ پُر کریم! مدینے میں تربوز کھلا“ کے پچیس حُرُوف
 کے نسبت سے تربوز کے 25 مَدَنی پھول

﴿میرے آقا اعلیٰ حضرت مولانا شاہ امام احمد رضا خان عَلَیْہِ رَحْمَةُ الرَّحْمٰن روایت نقل کرتے ہیں: ”کھانے سے پہلے تربوز کھانا پیٹ کو خوب دھودیتا ہے اور بیماری کو جڑ سے ختم کر دیتا ہے۔“ (فتاویٰ رضویہ ج ۵ ص ۴۷۲)﴾ ﴿کالی مڑچ، کالا زیرہ اور نمک باریک پیس کر ایک بوتل میں محفوظ کر لیجئے، تربوز پر چھڑک کر استعمال کیجئے، اس طرح تربوز کی لذت میں بھی اضافہ ہو جائے گا اور وہ اِنْ شَآءَ اللہُ عَزَّوَجَلَّ ہاضمے کی بہترین دوا ثابت ہوگا﴾

(ابن سہری)

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: مجھ پر دُرُود شریف پڑھو، اللہ عزوجل تم پر رحمت بھیجے گا۔

اور بھوک بھی چمک اُٹھے گی ❀ تربوز میٹھا ہونے کی پہچان: تربوز کے مکمل چھلکے یا دھاریوں کا یا چھلکے پر گول دھبے ہوں تو ان کا سبز رنگ جتنا گہرا ہوگا اُتنا ہی اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ اندر سے لال اور میٹھا نکلے گا۔ تربوز پر ہلکا سا ہاتھ مارنے پر مدھم سی آواز آنا اُس کے عمدہ اور پکے ہونے کی علامت ہے ❀ اگر حاملہ عورت تقریباً 125 گرام تربوز میں تھوڑا سا شہد ملا کر روزانہ کھائے تو اللہ تعالیٰ کی رحمت سے خوبصورت اور تندرست بچہ پیدا ہوتا ہے ❀ تربوز میں گلوکوز، فاسفورس، نشاستہ، دارشکری، حیاتین (وٹامنز اے، بی)، فولاد، پوٹاشیم، کبشیم اور گوشت پیدا کرنے والے اجزاء پائے جاتے ہیں ❀ جن مریضوں کو پیشاب رک رک کر آتا ہو وہ تربوز استعمال کریں کہ یہ مٹانے کو صاف کرتا ہے ❀ تربوز مٹانے کے دُرُود اور اس کے زخم کیلئے بہترین چیز ہے ❀ تربوز دل کو طاقت دیتا ہے جگر و مٹانہ اور گردوں کی گرمی کو دُور کرتا ہے ❀ تربوز کے استعمال سے ہاتھ پاؤں کی جلن، ناف کے مقام یا اس کے آس پاس بوجھ معلوم ہوتا ہو یا طبیعت بے چین رہتی ہو تو فائدہ ہوتا ہے۔ معدے میں جلن ہو تو اس کی اصلاح کرتا ہے ❀ رات ہو یا دن تربوز کھا کر اوپر سے پانی نہ پیئیں اسے کھا کر فوراً سوجانے سے ہیضہ (Cholera) ہو سکتا ہے ❀ باغی مزاج والے، معدے کے مریض، جن کو پٹھوں میں درد ہو، پیشاب زیادہ آتا ہو اور شوگر کے مریض تربوز استعمال نہ فرمائیں ❀ تربوز کے چھلکے دودھ دینے والے جانوروں کو کھلانے سے ان کا دودھ بڑھ جاتا ہے اور جانور موٹے ہو جاتے ہیں ❀ تربوز رَمَضَانُ المبارک میں سُحری کے وقت کھا لینا روزے میں پیاس کو تسکین دیتا ہے ❀ گرم مزاج والوں کو خاص کر رَمَضَانُ المبارک میں

فَرَمَانِ مَصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: مجھ پر کثرت سے دُرُود پاک پڑھو، جب تک تمہارا مجھ پر دُرُود پاک پڑھنا تمہارے گناہوں کیلئے مغفرت ہے۔ (ابن مساکر)

تربوڑ مُوافِق ہے ❀ تربوڑ گرمی کے بُخار کو فائدہ دیتا ہے ❀ جس دن تربوڑ کھائیں چاؤل ہرگز نہ کھائیں ❀ گردے اور مثانے کی پتھری کو تربوڑ توڑتا ہے ❀ رَمَضَانُ المبارک میں افطاری (کھانا کھانے) کے دو گھنٹے بعد تربوڑ کھائیے ❀ تربوڑ جسم کو موٹا کرتا ہے ❀ تربوڑ دل کو فرحت دیتا ہے، تربوڑ خون کی تیزابیت اور گرمی ختم کرتا ہے ❀ تربوڑ ٹائیفائیڈ میں بہترین غذا ہے ❀ سحری کے وقت تھوڑا سا تربوڑ کھالینا سارا دن اُو اور گرمی سے بچاتا ہے ❀ مختلف بیماریوں سے بچنے کیلئے گرمی کے موسم میں تربوڑ ضرور کھانا چاہئے ❀ خون کی کمی، جگر کی کمزوری، بدہضمی، فسادِ خون (یعنی خون کی خرابی) اور تبخیر (تبہ۔ خیر) دور کرنے کیلئے تربوڑ بہترین غذا ہے۔ (تبخیر یعنی وہ بخارات (بھاپ) جو کھانے کے بعد دماغ کو چڑھتے اور جسم کو گرما دیتے ہیں) ❀ گرمیوں کے رَمَضَانُ المبارک میں تربوڑ کا استعمال اِنْ شَاءَ اللہ عَزَّوَجَلَّ بے حد فائدہ مند ہے، یہ آپ کی پانی کی کمی بھی دور کرے گا، آپ کی توانائی (یعنی طاقت) بحال کرے گا اور سارا دن پیاس کا احساس بھی نہ ہونے دے گا۔

صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْب! صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلٰی مُحَمَّد

خُوبَانِی

طبی ماہرین کے مطابق خوبانی (یعنی زرد آلو) چاہے تازہ ہو یا خشک انسانی صحت کیلئے حیرت انگیز فوائد کا حامل اور غذائیت سے بھرپور ایک پھل ہے، اس کا استعمال آنکھوں، آنتوں، بُخار اور سرطان (Cancer) جیسے امراض میں مُفید ہے۔ خوبانی میں وٹامنز (Vitamins) سمیت پوٹاشیم، فولاد اور بیٹا کیروٹین (Beta-Carotene) بکثرت پائے جاتے ہیں۔

فَرَمَانِ مُصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جس نے تاب میں کچھ پڑو پاک لکھ تو جب تک میرا نام اس میں رہے گا فرشتے اس کیلئے استغفار (یعنی بخشش کی دعا) کرتے رہیں گے۔ (طبرانی)

”خوبانی نعمتِ حق ہے“ کے چودہ حُرُوف کی نسبت سے خوبانی کے 14 مَدَنی پھول

✽ خوبانی جسم میں توانائی پیدا کرتی ہے ✽ بعض طبیعوں نے لکھا ہے کہ خوبانی کھانے سے عمر بڑھتی ہے ✽ خوبانی قبض دور کرتی ہے ✽ خوبانی خوراک کو جلد ہضم کرتی ہے ✽ خوبانی ڈکاریں روکتی ہے ✽ خوبانی جگر کی سختی کو دور کرتی ہے ✽ خوبانی سوزشِ معدہ اور بواسیر کے لیے مفید ہے ✽ تپ حار (یعنی گرمی کے بخار) میں خوبانی کھلانے کے بعد گرم پانی شہد ملا کر پلانا قے لاتا ہے اور بخار اتر جاتا ہے ✽ نزلہ، زکام، گلے کی خراش اور منہ کی بدبودور کرنے کے لیے روزانہ خشک یا تازہ خوبانی کے دس دانے سادہ پانی کے ساتھ استعمال کرنا مفید ہے ✽ خوبانی کا مُرِ بَا دِل، معدے اور جگر کو طاقت دیتا ہے ✽ خوبانی کے بیج (بادام) پھینکنے نہیں چاہئیں، یہ کھائے جاتے ہیں ✽ خوبانی کے مغز کے فوائد بھی مغزِ بادام کی طرح ہیں، مغزِ بادام دماغ کے لیے زیادہ فائدہ مند ہیں جبکہ خوبانی کے بیج معدے کے لیے زیادہ مفید ہے ✽ خوبانی کے درخت کے پتے اگر دو تولہ (یعنی 25 گرام) رگڑ کر پلائے جائیں تو پیٹ کے کیڑے اس سے مر جاتے ہیں۔ (بچوں کیلئے 6 گرام کافی ہے) ✽ یہ انسانی دل کیلئے انتہائی مفید ہے کیونکہ خوبانی کی یہ خوبی ہے کہ وہ کوہلیٹرول کو کم کرتی ہے۔

صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْب! صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلٰی مُحَمَّد

فَاکِسَا

فالسے میں 81 فیصد پانی کے علاوہ پروٹین، چکنائی، ریشے (Fibers)،

فَرَمَانِ مَصْطَفٰی صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم: جو کچھ پُرکایہ دان میں 50 بار دُرو پاک پڑھے قیامت کے دن میں اس سے مسافر کروں (یعنی ہاتھ دلاؤں گا۔) (ابنِ ہشام)

نشاستہ (Carbohydrate)، کیشیم (Calcium)، آئرن (Iron) اور وٹامنز (Vitamins) پائے جاتے ہیں۔ فالسا پیاس کی شدت کو کم کرتا ہے اور دھوپ کی وجہ سے جسم میں پانی کی کمی کو بیلنس کرتا ہے، فالسا خون کو صاف کرتا ہے اور اللہ تعالیٰ کی عنایت سے خون دل کے امراض کو ختم کرنے کی تاثیر رکھتا ہے۔ فالسا زُکام، کھانسی، گلے کی سوزش اور سانس کی بیماری دُور کرتا ہے۔ فالسا نظامِ انہضام (Digestive system) کو بہتر کرتا ہے، فالسا کولیسٹرول (Cholesterol) اور بلڈ پریشر (Blood pressure) کو کنٹرول کرتا ہے۔ فالسے کے درخت کے پتوں میں جلد کی مختلف بیماریوں سے شفا ہے۔

صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْب! صَلَّی اللہُ تَعَالٰی عَلٰی مُحَمَّد



غیم مدینہ، بقیع،

مغفرت اور بے حساب

جنت الفردوس میں آقا

کے پڑوس کا طالب

رمضان المبارک ۱۴۳۷ھ

جون 2016ء

یہ رسالہ پڑھ کر دوسرے کودے دیجئے

شادی بچی کی تقریبات، اجتماعات، اعراس اور جلوس میلاد وغیرہ میں مکعبۃ المدینہ کے شائع کردہ رسائل اور مَدَنی پھولوں پر مشتمل پمفلٹ تقسیم کر کے ثواب کمائیے، گاؤں کو یہ نیتِ ثواب تحفے میں دینے کیلئے اپنی زبانوں پر بھی رسائل رکھنے کا معمول بنائیے، اخبار فروشوں یا بچوں کے ڈریلے اپنے تحفے کے گھروں میں حسبِ توفیق رسالے یا مَدَنی پھولوں کے پمفلٹ ہر ماہ پہنچا کر نیکی کی دعوت کی دھوئیں بچائیے اور خوب ثواب کمائیے۔



کتاب	مطبوعہ	کتاب	مطبوعہ
حلیۃ الاولیاء	دار الکتب العلمیہ بیروت	البدور السافرة	مؤسسۃ الکتب الثقافیہ بیروت
ابنِ عساکر	دار الفکر بیروت	فتاویٰ رضویہ	رضا فاؤنڈیشن مرکز الاولیاء لاہور
الترید	دار الفکر الحدید بیروت	گھریلو علاج	مکتبۃ المدینہ باب المدینہ کراچی
طبقات ابنِ سعد	دار الکتب العلمیہ بیروت	اللہ والوں کی باتیں	مکتبۃ المدینہ باب المدینہ کراچی

یہ رسالہ پڑھ لینے کے بعد ثواب کی نیت سے کسی کو دیدیجئے

اجرت دینے میں تاخیر نہ کرو!

فرمانِ مصطفیٰ ﷺ:
”مزدور کی مزدوری اس کا پسینہ خشک ہونے سے پہلے
دے دیا کرو۔“ (ابن ماجہ حدیث ۲۴۴۳)

شرح حدیث: یعنی مزدوری دینے میں ٹال مٹول
نہ کرو جس وقت دینے کا معاہدہ ہو اسی وقت دے دو
بلا تاخیر، لہذا حدیث پر نہ تو یہ اعتراض ہے کہ اگر مزدور
کو پسینہ نہ آیا ہو تو اسے مزدوری دو ہی نہیں، نہ یہ سوال
ہے کہ ماہوار تنخواہیں دینا متعہ ہیں، ہر دن کام کرتے ہی
دے دی جائیں، حدیث کی فہم (یعنی سمجھ) کے لیے
عقلِ کامل ضروری ہے۔ (مرآۃ المناجیح ج ۴ ص ۳۳۸)



ISBN 978-969-631-677-0



0125427



فیضانِ مدینہ، محلہ سوداگران، پرانی سبزی منڈی، باب المدینہ (کراچی)

UAN: +92 21 111 25 26 92 Ext: 1284

Web: www.dawateislami.net / Email: ilmia@dawateislami.net